

～令和元年11月 お献立表（配食サービス）兼注文用紙～  
（1日～15日）

**【注文に関するお願い】**



- ・夕食はデイサービスご利用日のみ、昼食はデイサービスご利用のない日にご注文いただけます。（月～土曜日※祝日含む）
- ・ご希望日の「個数」欄にご家族分(65歳以上の同居の方)もまとめてご記入ください。
- ・毎月、前月15日までに翌月1ヶ月分をご注文ください。**（10月15日までに11月分の1ヶ月分をご注文いただくことになります）**
- ・ご注文の際は、デイご利用時にこの注文用紙を当会職員にお渡しください。お帰りまでに、控えをお渡ししますので、確認用として保管ください。
- ・ご注文後の変更は、前日の午後5時まで下記までご連絡ください。
- ・配食サービスに関してご不明な点がございましたら、お気軽に下記までお問い合わせください。



【お問い合わせ先】 ☎ 072-288-2008 渉外相談課 稲葉

	月	火	水	木	金	土
					<b>1</b>	<b>2</b>
昼食					ご飯 ほきの変わり衣天ぷら 白菜と油揚げの煮びたし きゅうりの塩昆布和え 赤だし（あさり）	配食休み  
個数					I補給 - 464kcal 食塩 3.3g	
夕食					ご飯 鶏の柚子こしょう焼き チンゲン菜と海老の炒め物 もやし中華風和え 味噌汁(わかめ・じゃが芋)	ご飯 カレイの明太焼き キャベツの塩だれ炒め 焼きなす生姜醤油かけ 味噌汁(大根・揚げ)
個数					I補給 - 513kcal 食塩 4g	I補給 - 465kcal 食塩 3.2g
	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
昼食	きのこの釜めし とんかつ ふろふき大根 キャベツのゆず醤油和え 清まし汁（小松菜）	ご飯 さんまの幽庵焼き なすのそぼろ煮 カリフラワーのカニマヨ和え 味噌汁（かぼちゃ）	ビーフカレー 盛り合わせサラダ 福神漬&らっきょう ミニハンバーグ	ご飯 アジフライ 卵の花の炒り煮 豚しゃぶサラダ 味噌汁（白菜）	じゃこ菜めし（半量） かしみん焼き 金平れんこん ほうれん草の白和え 味噌汁(大根)	エビときのこのクリームドリア チキンナゲット スパゲティサラダ ミネストローネ
個数	I補給 - 520kcal 食塩 4.4g	I補給 - 653kcal 食塩 4.5g	I補給 - 649kcal 食塩 3.4g	I補給 - 569kcal 食塩 3.2g	I補給 - 487kcal 食塩 4.1g	I補給 - 582kcal 食塩 4.2g
夕食	ご飯 豆腐とエビの旨煮 春巻き 胡瓜と豚肉の和え物 味噌汁(はんぺん)	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め さつまいもレモン煮 小松菜の辛子和え 味噌汁(ごぼう)	ご飯 鮭のチャンチャン焼き 冬瓜と豚肉の煮物 白菜のゆかり和え 清まし汁（とろろ昆布）	ご飯 おでん いんげんの甘辛炒め 長芋の梅肉おほか和え 金時豆の甘煮	ご飯 さばの塩焼き かぼちゃのいとこ煮 胡瓜としらすの酢の物 豚汁	ご飯 しそ入り鶏つくね 白菜の煮浸し 酢の物（もずく） 味噌汁(なす・玉葱)
個数	I補給 - 574kcal 食塩 4.2g	I補給 - 588kcal 食塩 3.1g	I補給 - 489kcal 食塩 3.4g	I補給 - 561kcal 食塩 3g	I補給 - 598kcal 食塩 4g	I補給 - 429kcal 食塩 3.3g
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	
昼食	配食休み  	鮭ちらし寿司 鶏と野菜の湯葉饅頭 茄子南蛮漬け 赤だし（豆腐）	ご飯 煮豚 春雨とエビの炒め物 キャベツの塩昆布和え レタスともやしの中華スープ	帆立ご飯 ぶりの照り焼き 揚げ出し豆腐かにあんかけ 胡瓜と穴子の酢の物 いわしのつみれ汁	オムライス ブロッコリーのコンソメ煮 きのこのサラダ クラムチャウダー	
個数		I補給 - 491kcal 食塩 3.9g	I補給 - 587kcal 食塩 5.2g	I補給 - 570kcal 食塩 5.5g	I補給 - 456kcal 食塩 3.8g	
夕食	ご飯 赤魚の煮付 ピーマンとじゃこの炒め キャベツとハムのサラダ 味噌汁(じゃが芋)	ご飯 肉じゃが 厚焼きたまご 春菊とえのきの胡麻和え 味噌汁(大根)	ご飯 カレイの西京焼き 筑前煮 白菜とわかめの甘酢和え 清汁（てまり麩・とろろ）	ご飯 クリームコロッケ トマトソースかけ 法蓮草とウインナーのソテー 大豆とキャベツのサラダ コーンポタージュスープ	ご飯 さばの味噌煮 きんぴらごぼう オクラのとろろがけ 清まし汁（ゆば）	
個数	I補給 - 483kcal 食塩 3.8g	I補給 - 556kcal 食塩 3.6g	I補給 - 427kcal 食塩 3.5g	I補給 - 612kcal 食塩 3.8g	I補給 - 544kcal 食塩 3.7g	

～令和元年11月 お献立表（配食サービス）兼注文用紙～  
（16日～末日分）

	月	火	水	木	金	土
						16
昼食						ご飯 太刀魚の揚げ漬け 小松菜のオスターソース炒め 胡瓜とささみの和え物 味噌汁（そうめん）
個数						I補給 - 607kcal 食塩 4.1g
夕食						ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 冬瓜のホタテ風味煮 枝豆としらすおろし和え 味噌汁(さつまいも)
個数						I補給 - 521kcal 食塩 4.2g
	18	19	20	21	22	23
昼食	ご飯 ハンバーグ じゃが芋の明太子炒め 海藻サラダ ほうれん草のクリームスープ	配食休み 	エビピラフ スペイン風オムレツ 野菜サラダ かぼちゃのポタージュスープ	ご飯 酢豚風炒め&えび焼売 大学芋 もやしのナムル 玉子のスープ	チキンマカレー オムレツ ベーコンサラダ 福神漬&らっきょう	ご飯 ぶりの照り焼き いんげんの甘辛炒め 茄子の辛子酢味噌和え 清汁（てまり麩・とろろ）
個数	I補給 - 594kcal 食塩 3.5g		I補給 - 600kcal 食塩 6.1g	I補給 - 608kcal 食塩 3.8g	I補給 - 482kcal 食塩 3.6g	I補給 - 505kcal 食塩 3.7g
夕食	ご飯 海老カツ きんぴら大根 小松菜のなめたけ和え 味噌汁（玉ねぎ）	ご飯 豆腐の肉みそかけ ポテトサラダ 白菜のゆず醤油和え 清汁（エビ団子）	ご飯 牛肉としめじのしぐれ煮 オクラのおかか和え なすのおろし和え 味噌汁（わかめ・玉ねぎ）	ご飯 鶏のムニエル おろし玉葱ソース 小松菜と油あげの煮びたし 大根サラダ コンソメスープ（玉ねぎ）	ご飯 鯖の幽庵焼き じゃが芋と豚肉の煮物 ほうれん草の錦糸かけ 味噌汁(大根)	ご飯 豚肉ともやしの中華卵炒め エビにら焼き饅頭 さつま芋のマーマレード和え チンゲン菜と春雨のスープ
個数	I補給 - 477kcal 食塩 4.1g	I補給 - 523kcal 食塩 2.7g	I補給 - 493kcal 食塩 3.6g	I補給 - 545kcal 食塩 5.2g	I補給 - 501kcal 食塩 4.1g	I補給 - 599kcal 食塩 2.9g
	25	26	27	28	29	30
昼食	ご飯 鮭フライタルタルソース たらこスパゲティ 大根サラダ 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	チャーハン 焼き餃子とえび焼売 胡瓜と蒸し鶏の中華和え チンゲン菜と春雨の中華スープ	もちり雑穀ごはん さんま竜田揚げ香味ダレかけ 和風麻婆茄子 豆と豆乳のサラダ 秋の具沢山味噌汁	配食休み 	ご飯 メンチカツ 小松菜とさつま揚げの煮物 マカロニサラダ 味噌汁	ちらし寿司 茄子のつゆ浸し キヌ天ぷらと山芋短冊揚げ 赤だし（豆腐）
個数	I補給 - 553kcal 食塩 2.6g	I補給 - 452kcal 食塩 3.9g	I補給 - 730kcal 食塩 4.5g		I補給 - 651kcal 食塩 3.5g	I補給 - 522kcal 食塩 3.3g
夕食	ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め 白菜の煮浸し ブロッコリーのピーナツ和え コーンポタージュスープ	ご飯 ハンバーグ かぼちゃの含め煮 キャベツのゆず醤油和え 味噌汁（白菜）	ご飯 鶏のムニエル トマトソースかけ 豚バラ大根 胡瓜としらすの酢の物 コンソメスープ	ご飯 赤魚のおろし煮 里芋の味噌田楽 キャベツの塩昆布和え 味噌汁（わかめ・玉ねぎ）	ご飯 クリームシチュー ミニハンバーグ アスパラとハムのサラダ 日替わり漬物	ご飯 鶏のから揚げ 蒸し焼売 チンゲン菜ともやしの和え物 白湯スープ（白菜・ニラ）
個数	I補給 - 580kcal 食塩 3.6g	I補給 - 514kcal 食塩 3.1g	I補給 - 546kcal 食塩 3.9g	I補給 - 449kcal 食塩 3.5g	I補給 - 555kcal 食塩 3g	I補給 - 555kcal 食塩 3.3g